|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Freude teilen - Die Bedeutung von positiven Emotionen im Leben Übungen | erklaerung-und-mehr.org/3139 | Video/Übungen |

## Begriffe zuordnen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Begriff die passende Erklärung zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (A) | Emotionen |  | (1) | positive Emotion, die Glücksgefühle auslöst |
| (C) | Einfluss |  | (2) | Gefühle, die menschliches Verhalten beeinflussen |
| (E) | Wohlbefinden |  | (3) | Wichtigkeit oder Wert einer Sache |
| (H) | Erleben |  | (4) | etwas gemeinsam mit anderen nutzen |
| (I) | Teilen |  | (5) | vorteilhaft oder erfreulich für das Leben |
| (K) | Freude |  | (6) | Wirkung auf das Verhalten oder Denken |
| (N) | Bedeutung |  | (7) | persönliche Erfahrung oder Wahrnehmung von Ereignissen |
| (N) | Positiv |  | (8) | Zustand des körperlichen und seelischen Gleichgewichts |
| (N) | Gesundheit |  | (9) | Zustand des körperlichen und geistigen Wohlbefindens |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

## Sätze vervollständigen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Satzanfang das passende Satzende zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (A) | Wohlbefinden ist wichtig ... |  | (1) | ... und schafft besondere Momente. |
| (B) | Emotionen beeinflussen unsere Entscheidungen ... |  | (2) | ... und fördern die Gesundheit. |
| (F) | Freude bringt Menschen zusammen ... |  | (3) | ... macht das Leben lebenswert. |
| (L) | Gesundheit und Freude ... |  | (4) | ... und unser Handeln täglich. |
| (L) | Freude im Alltag finden ... |  | (5) | ... für ein erfülltes Leben. |
| (ß) | Das Teilen von Glück ... |  | (6) | ... sind eng miteinander verbunden. |
| (U) | Positive Emotionen stärken das Immunsystem ... |  | (7) | ... ist eine wertvolle Fähigkeit. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

## Fragen (Multiple-Choice)

*Aufgabenstellung: Beantworte die Fragen mit Hilfe der Informationen!*

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | Was bewirken positive Emotionen im Leben? |
| (L) | Sie fördern das allgemeine Wohlbefinden. |
| (R) | Sie machen Menschen unglücklich. |
| (V) | Sie führen zu mehr Stress. |
| 2. | Wie beeinflusst das Teilen von Freude Beziehungen? |
| (A) | Es führt zu Konflikten. |
| (E) | Es stärkt soziale Bindungen. |
| (S) | Es hat keinen Einfluss darauf. |
| 3. | Was ist ein Beispiel für positive Emotionen? |
| (I) | Freude ist ein Beispiel. |
| (N) | Traurigkeit ist ein Beispiel. |
| (R) | Angst ist ein Beispiel. |
| 4. | Wie wirken sich Emotionen auf Entscheidungen aus? |
| (R) | Sie machen Entscheidungen einfacher. |
| (T) | Sie beeinflussen unser Handeln und Denken. |
| (V) | Sie haben keinen Einfluss darauf. |
| 5. | Was ist ein wichtiger Aspekt des Wohlbefindens? |
| (A) | Beruflicher Erfolg ist unwichtig. |
| (E) | Gesundheit ist ein wichtiger Aspekt. |
| (S) | Reichtum ist der wichtigste Aspekt. |
| 6. | Wie kann man Freude im Alltag finden? |
| (A) | Indem man negative Gedanken pflegt. |
| (R) | Durch kleine positive Erlebnisse und Momente. |
| (V) | Durch das Vermeiden von sozialen Kontakten. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

## Richtig oder falsch?

*Aufgabenstellung: Gib an, ob die Aussagen richtig oder falsch sind!*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| wahr | falsch |  |
| (L) | (V) | 1. Freude hat einen positiven Einfluss auf das Leben. |
| (F) | (Ö) | 2. Freude ist unwichtig für das Leben. |
| (R) | (F) | 3. Negative Emotionen fördern das Wohlbefinden. |
| (F) | (R) | 4. Positive Emotionen fördern das allgemeine Wohlbefinden. |
| (E) | (T) | 5. Das Teilen von Freude stärkt soziale Beziehungen. |
| (A) | (L) | 6. Teilen hat keinen Einfluss auf Beziehungen. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ | \_\_\_ |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

## 7 Fragen zum Text

*Aufgabenstellung: Beantworte die Fragen mit je einem oder zwei ganzen Sätzen!*

Was sind die Vorteile von positiven Emotionen?

Wie kann das Teilen von Freude das Leben bereichern?

Welche Rolle spielen Emotionen im Alltag?

Wie kann man Freude im Alltag erleben?

Was bedeutet Wohlbefinden für den Menschen?

Wie hängen Gesundheit und Emotionen zusammen?

Warum ist es wichtig, Freude zu teilen?

**Freude teilen - Die Bedeutung von positiven Emotionen im Leben – Lösungsblatt 1**

## Begriffe zuordnen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Begriff die passende Erklärung zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (K) | Freude |  | (1) | positive Emotion, die Glücksgefühle auslöst |
| (A) | Emotionen |  | (2) | Gefühle, die menschliches Verhalten beeinflussen |
| (N) | Bedeutung |  | (3) | Wichtigkeit oder Wert einer Sache |
| (I) | Teilen |  | (4) | etwas gemeinsam mit anderen nutzen |
| (N) | Positiv |  | (5) | vorteilhaft oder erfreulich für das Leben |
| (C) | Einfluss |  | (6) | Wirkung auf das Verhalten oder Denken |
| (H) | Erleben |  | (7) | persönliche Erfahrung oder Wahrnehmung von Ereignissen |
| (E) | Wohlbefinden |  | (8) | Zustand des körperlichen und seelischen Gleichgewichts |
| (N) | Gesundheit |  | (9) | Zustand des körperlichen und geistigen Wohlbefindens |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | (K) | (A) | (N) | (I) | (N) | (C) | (H) | (E) | (N) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

## Sätze vervollständigen

*Aufgabenstellung: Ordne jedem Satzanfang das passende Satzende zu!*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| (F) | Freude bringt Menschen zusammen ... |  | (1) | ... und schafft besondere Momente. |
| (U) | Positive Emotionen stärken das Immunsystem ... |  | (2) | ... und fördern die Gesundheit. |
| (ß) | Das Teilen von Glück ... |  | (3) | ... macht das Leben lebenswert. |
| (B) | Emotionen beeinflussen unsere Entscheidungen ... |  | (4) | ... und unser Handeln täglich. |
| (A) | Wohlbefinden ist wichtig ... |  | (5) | ... für ein erfülltes Leben. |
| (L) | Gesundheit und Freude ... |  | (6) | ... sind eng miteinander verbunden. |
| (L) | Freude im Alltag finden ... |  | (7) | ... ist eine wertvolle Fähigkeit. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lösungswort:** | (F) | (U) | (ß) | (B) | (A) | (L) | (L) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

**Freude teilen - Die Bedeutung von positiven Emotionen im Leben – Lösungsblatt 2**

## Fragen Multiple-Choice

|  |  |
| --- | --- |
| 1. | Was bewirken positive Emotionen im Leben? |
| (L) | Sie fördern das allgemeine Wohlbefinden. |
| 2. | Wie beeinflusst das Teilen von Freude Beziehungen? |
| (E) | Es stärkt soziale Bindungen. |
| 3. | Was ist ein Beispiel für positive Emotionen? |
| (I) | Freude ist ein Beispiel. |
| 4. | Wie wirken sich Emotionen auf Entscheidungen aus? |
| (T) | Sie beeinflussen unser Handeln und Denken. |
| 5. | Was ist ein wichtiger Aspekt des Wohlbefindens? |
| (E) | Gesundheit ist ein wichtiger Aspekt. |
| 6. | Wie kann man Freude im Alltag finden? |
| (R) | Durch kleine positive Erlebnisse und Momente. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | (L) | (E) | (I) | (T) | (E) | (R) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

## Richtig oder falsch?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| wahr | falsch |  |
| (L) |  | 1. Freude hat einen positiven Einfluss auf das Leben. |
|  | (Ö) | 2. Freude ist unwichtig für das Leben. |
|  | (F) | 3. Negative Emotionen fördern das Wohlbefinden. |
| (F) |  | 4. Positive Emotionen fördern das allgemeine Wohlbefinden. |
| (E) |  | 5. Das Teilen von Freude stärkt soziale Beziehungen. |
|  | (L) | 6. Teilen hat keinen Einfluss auf Beziehungen. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lösungswort: | (L) | (Ö) | (F) | (F) | (E) | (L) |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

**Fragen und Antworten**

Was sind die Vorteile von positiven Emotionen?

Positive Emotionen fördern das Wohlbefinden und die Gesundheit.

Wie kann das Teilen von Freude das Leben bereichern?

Das Teilen von Freude stärkt Beziehungen und schafft Gemeinschaft.

Welche Rolle spielen Emotionen im Alltag?

Emotionen beeinflussen unsere Entscheidungen und unser Verhalten.

Wie kann man Freude im Alltag erleben?

Man kann Freude durch kleine Erlebnisse und Dankbarkeit erleben.

Was bedeutet Wohlbefinden für den Menschen?

Wohlbefinden bedeutet ein Gleichgewicht von Körper und Geist.

Wie hängen Gesundheit und Emotionen zusammen?

Gesundheit und Emotionen sind eng miteinander verbunden und beeinflussen sich gegenseitig.

Warum ist es wichtig, Freude zu teilen?

Das Teilen von Freude fördert soziale Bindungen und Gemeinschaftsgefühl.